



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://BanuAtabay.com)

SARIMSAKLI TERBİYELİ SÜT PİRZOLA

6 parça kuzu pirzola
8 diş sarımsak
1 çay bardağı sıvı yağ
1 çay bardağı süt
1 adet defneyaprağı
Tuz, karabiber, küçük domates

Etleri derin bir kabin içine yerleştirin. Üzerine süt, yağ, defneyaprağı, ezilmiş sarımsakları ve baharatları ekleyip elinizle iyice yoğurun. Etler sarımsağı içine iyice çekmeli, bu şekilde 1 saat bekletebilirsiniz. Pişirileceği zaman yağsız tavada ya da ızgarada iki yüzünü de güzelce pişirin. Servis yaparken istenirse sebze sote edilip yanında ikram edilebilir.